

# **PATTINAGGIO SPETTACOLO**

## **Regolamento tecnico**

Il Pattinaggio Spettacolo predilige il lavoro di gruppo con la realizzazione di evoluzioni e manovre geometrico-coreografiche nelle quali si ricerca come prima caratteristica la precisione attraverso l'unisono e l'accuratezza. A questo tipo di specialità accedono pattinatori di tutte le età che vogliono esprimersi nel pattinaggio utilizzando il lavoro di gruppo quale forma di coesione, cooperazione e divertimento.

### **BASI TECNICHE E DEFINIZIONI**

Le coreografie dei gruppi che come detto si basano su movimenti ed evoluzioni offrono illimitate possibilità di combinazione, a tal proposito sono stati definiti la maggior parte degli elementi base comunemente utilizzati in questa disciplina.

#### **LINEE**

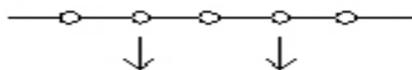
Le linee possono essere di vari tipi: singole o parallele.

#### **Linea singola (diritta)**

Per linea singola s'intende una riga o fila di pattinatori che si muovono nella stessa direzione, uno a fianco all'altro o uno dietro l'altro (fila indiana).

Il movimento dei piedi, la rapidità e le diverse prese di contatto così come i passi e le rotazioni lungo la linea ed il movimento senza oscillazioni aumentano il livello degli elementi.

a) Linee orizzontali - uno a fianco all'altro



b) Linee longitudinali - uno dietro all'altro

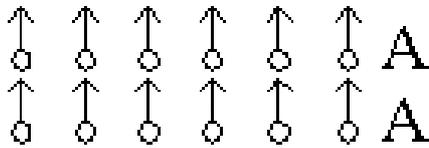


**Linee parallele**

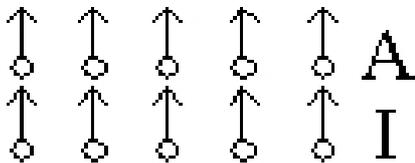
Due o più linee equidistanti che si muovono nella stessa direzione (parallele).

Vi sono tre tipi di linee parallele:

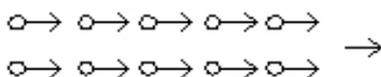
a) entrambe le linee in movimento sulla pista mantengono la stessa distanza e la stessa direzione



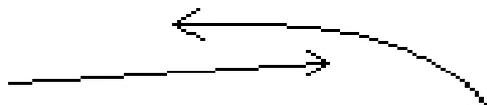
b) una linea procede in avanti e l'altra indietro nella stessa direzione



c) due linee con i pattinatori uno dietro all'altro movimento nella stessa direzione

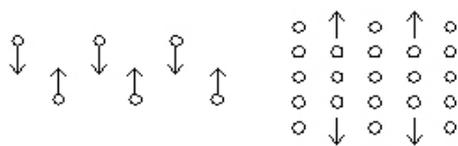


Tutte le linee possono muoversi diagonalmente, a semicerchio o diritte.

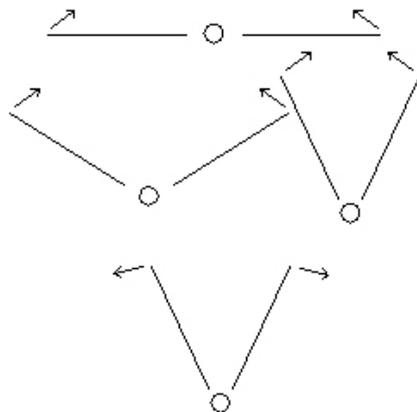


### Passaggi di linee

Si formano quando due o più linee si sovrappongono con i rispettivi pattinatori che si muovono in direzioni opposte. Non vi sono incroci. Al momento del contatto i pattinatori abbassano mani e braccia e passano attraverso, riunendo mani e braccia di nuovo subito dopo il passaggio. I pattinatori possono eseguire svariati movimenti al momento del passaggio.

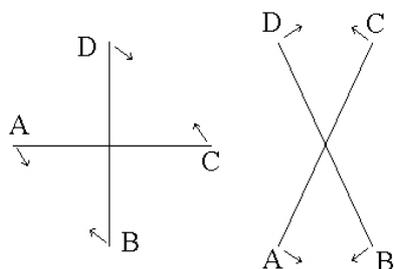


Un passaggio di un mulino a due pale o ruota semplice avviene da una formazione a cuneo in avanti o indietro, con i pattinatori che guardano tutti nella stessa direzione. I pattinatori si avvicinano con un movimento a ventaglio. Il centro della linea fa da perno e i pattinatori si attraversano reciprocamente dove le linee si incontrano. Il movimento può essere ripetuto (vedi sezioni Mulini-ruote).



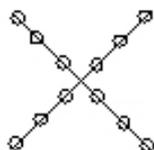
La stessa cosa può essere realizzata con un mulino a 4 pale. Il sincronismo è dato dalle due linee che si attraversano all'unisono.

Le linee A-B e C-D- si incontrano. La linea A si trova opposta alla linea C e la linea B è opposta alla linea D.



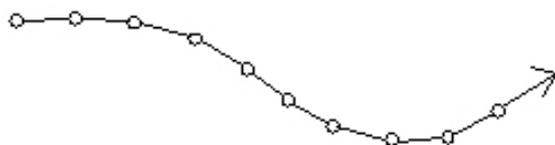
### **Intersezioni di linee**

Questo movimento si ottiene quando due linee di pattinatori si intersecano o si attraversano trasversalmente. Ciò può avvenire in avanti o indietro o mentre i pattinatori sono in rotazione. Ogni altro pattinatore interseca (taglia in trasversale). Quattro linee possono intersecarsi e ciò è più difficile che con due linee. E' anche possibile l'intersezione di una figura a otto linee o di una serpentina come descritto nella sezione "cerchi".



### **Errori nelle linee**

1. La linea non si muove in linea retta: ondeggia.



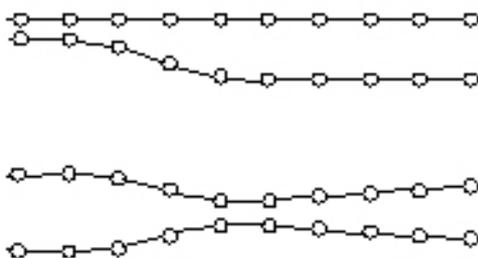
2. I pattinatori non si trovano alla stessa distanza gli uni dagli altri.



3. La linea viene interrotta.



4. La distanza tra le linee non è uniforme. Una linea non è diritta o entrambe sono storte.

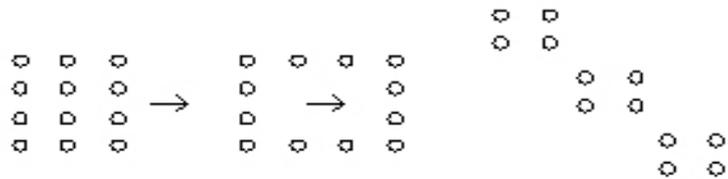


## BLOCCHI

E' un gruppo di pattinatori a forma di blocco, quadrato, rettangolo o triangolo.

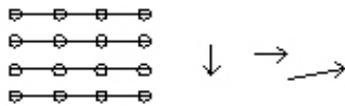
I pattinatori mantengono le posizioni individuali all'interno della formazione mantenendo l'allineamento delle linee sia orizzontalmente che verticalmente.

E' importante mantenere la formazione in blocco.

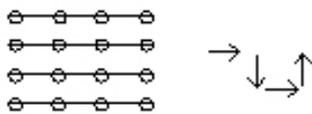


### Esempi di Blocchi

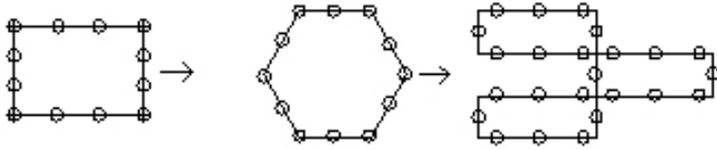
a) Il blocco in formazione quadrata si muove sulla pista.



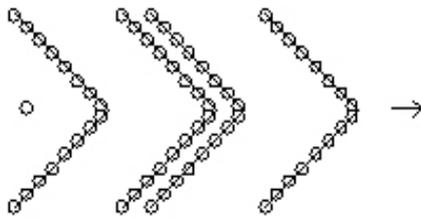
b) Il blocco si può spostare sulla superficie. I pattinatori possono variare la direzione, muovendosi anche all'indietro.



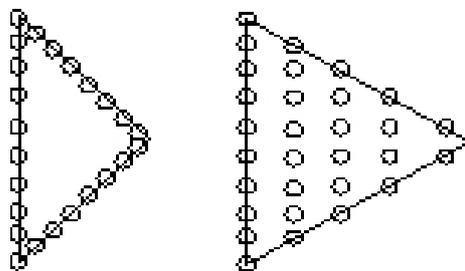
c) Blocco aperto e blocco chiuso + variazioni del blocco



d) Blocco unico - variante nella forma a punta di freccia

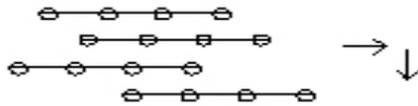


e) Possono esservi diverse formazioni a freccia - aperte o chiuse.



## Errori nei blocchi

1. Le linee nel blocco non sono allineate o sono a diversa distanza le une dalle altre.



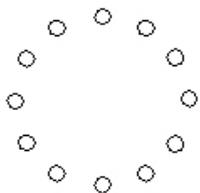
2. I pattinatori non sono allineati nel movimento e non mantengono la stessa presa di mani.

## **CERCHI**

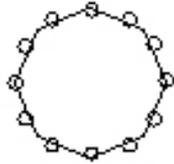
### Cerchio singolo

Un gruppo di pattinatori si muove o ruota intorno ad un centro comune dal quale ognuno si trova equidistante. Il cerchio può ruotare in senso orario o antiorario, avanti o indietro. Si raggiunge il massimo effetto inserendo un movimento ondulatorio, un passo di marcia, incroci o inserendo chassé e/o passi di danza. Aumentando la difficoltà dei passi si avrà anche una maggiore valutazione della difficoltà. Inserendo rotazioni o inversioni di rotazione del cerchio si aumenterà il fattore di difficoltà. L'aspetto più importante sarà il mantenimento della perfetta rotondità del cerchio.

a) Cerchio aperto: non vi è contatto tra i pattinatori

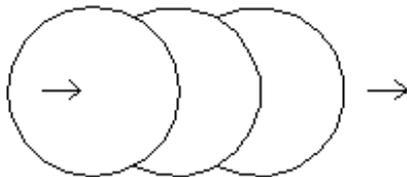


b) Cerchio chiuso: i pattinatori si tengono in una varietà di modi, come mano nella mano, spalla a spalla o per la vita, a trenino. Ogni cerchio dovrebbe proporre differenti contatti di mano.



c) Sequenza di passi e passi di danza eseguiti in cerchio : qualsiasi combinazione di passi o passi di danza o inversioni di marcia come mohawks, tre, controtre, volte controvolve, twizzels etc. Devono essere eseguiti con scorrevolezza ed unisono ed abbinati alla musica. Naturalmente le sequenze di passi possono essere eseguite all'avanti o all'indietro e possono essere eseguite sia per passare da un movimento ad un'altro, sia per mettere in risalto la precisione del gruppo mentre si caratterizza la musica in un particolare movimento.

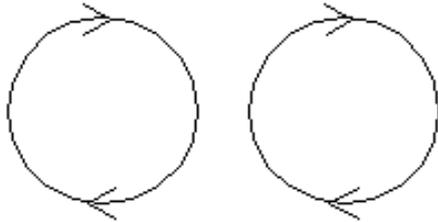
d) Cerchio mobile: il cerchio si sposta sulla superficie, rimanendo perfettamente sferico, il centro rimane sullo stesso asse.



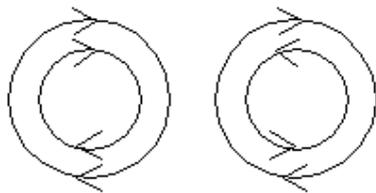
## Cerchi doppi

Questa formazione riguarda due gruppi di pattinatori che descrivono due cerchi eseguiti in diversi modi:

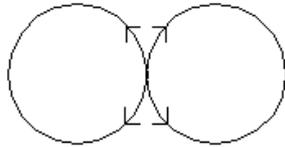
a) Due cerchi completamente separati in movimento nella stessa direzione o in quella opposta.



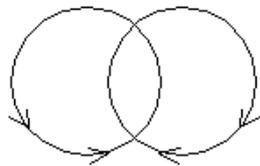
b) Un cerchio dentro l'altro (concentrici) in movimento nella stessa direzione o in quella opposta. I pattinatori all'interno di ogni cerchio possono eseguire diverse rotazioni, passi o movimenti. La posizione dei pattinatori può variare all'interno dei cerchi ma senza dare risalto ad alcun singolo pattinatore. Quindi non dovranno avvenire movimenti individuali all'interno del cerchio, es.: sollevamenti di un pattinatore o di una pattinatrice nel mezzo del cerchio. Sono permessi cerchi larghi o stretti.



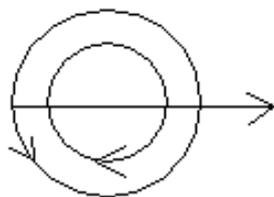
c) Due cerchi si uniscono per dare luogo ad una figura ad otto



d) Due cerchi si intersecano (doppio anello nuziale)



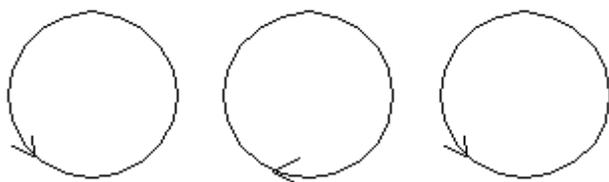
e) Cerchi in movimento sulla pista. Il centro del cerchio deve rimanere su di un unico asse. Un alto grado di difficoltà viene raggiunto qualora il cerchio ruota completamente su se stesso.



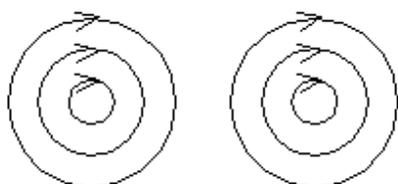
## Cerchi tripli

Questa formazione è composta da tre gruppi di pattinatori e può essere eseguita in svariati modi:

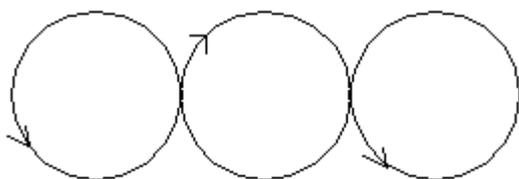
a) Cerchi separati in movimento nella stessa direzione o due in un senso ed uno in quello opposto.



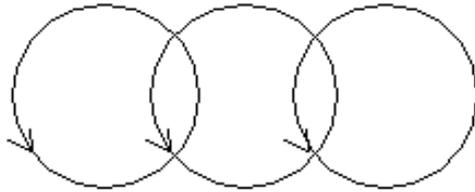
b) Cerchi concentrici in movimento nella stessa direzione o opposte.



c) Tre cerchi in una figura a serpentina



d) Tre cerchi che si intersecano reciprocamente

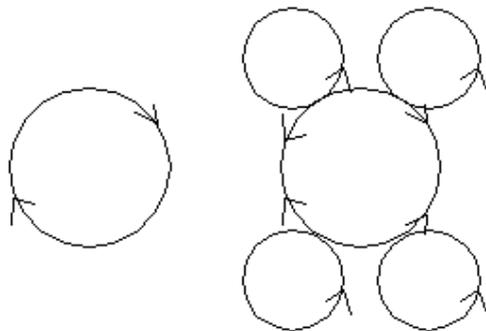


### **Cerchi multipli**

Più di tre cerchi si muovono allo stesso tempo, congiungendosi, intersecandosi, affiancandosi o muovendosi concentrici. I cerchi possono ruotare nella stessa direzione o possono variare la stessa pattinando in avanti o indietro.

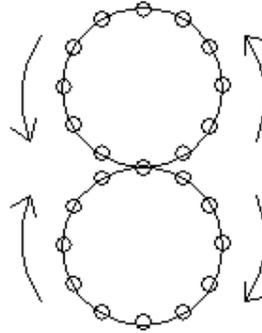
### **Sub-cerchi (quadrifoglio)**

Questo movimento è determinato da un cerchio comune dal quale si dividono dei sottogruppi uguali attraverso cambi di direzione o rotazione. In questo modo ogni sottogruppo forma il proprio sub-cerchio. Invertendo il proprio senso di rotazione ritornano a comporre il cerchio principale. Il massimo effetto per i sottogruppi si ottiene di solito eseguendo passi con la presa in vita. La difficoltà consiste nel mantenere il cerchio comune perfettamente circolare così come pure i sub-cerchi devono essere equidistanti rispetto al cerchio comune immaginario.



## Intersezione di cerchi

I pattinatori si intersecano o si attraversano da un cerchio ad un altro, in avanti o indietro.



## Errori nei cerchi

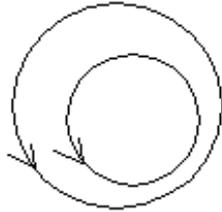
1. Il cerchio è ovale



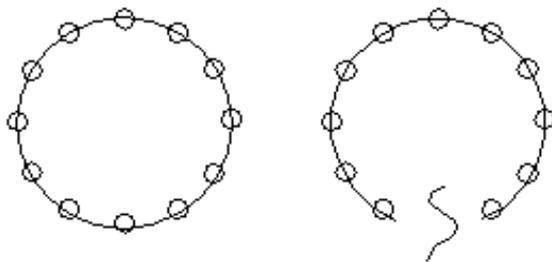
2. Il cerchio non è perfettamente rotondo



3. Cerchi concentrici in movimento con centro non in asse.



4. Le distanze tra i singoli pattinatori non sono uguali. I passi non sono identici. I cerchi seguono velocità diverse tra loro. Caduta di un pattinatore/trice. Diversità nelle prese di mano, rotture e/o aperture involontarie dei cerchi.

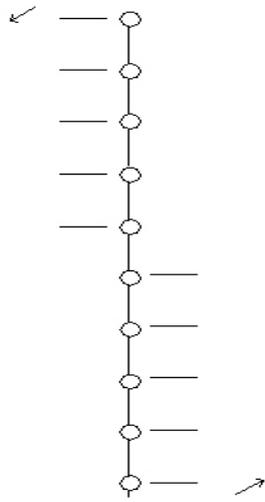


## MULINI (RUOTE)

### Mulino a due pale o ruota semplice

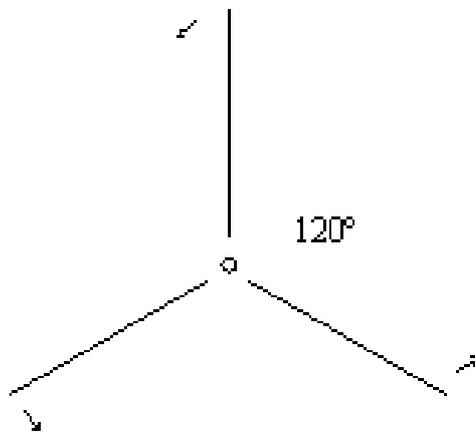
Una linea retta ruota su un asse comune. Di solito c'è un egual numero di pattinatori alle due estremità dell'asse con metà della linea orientata in un senso e l'altra metà in quello opposto. Una possibile variazione può essere quella che i pattinatori guardino in direzioni opposte alternativamente (ruota avanti indietro). La ruota può procedere in senso orario o antiorario. Le prese possono variare e la ruota potrà muoversi attraverso un'infinita varietà di movimenti e/o passi. Più difficili saranno i passi maggiore sarà la difficoltà nel mantenere la linea dritta.

Maggiore la velocità di rotazione, maggiore il livello di difficoltà.



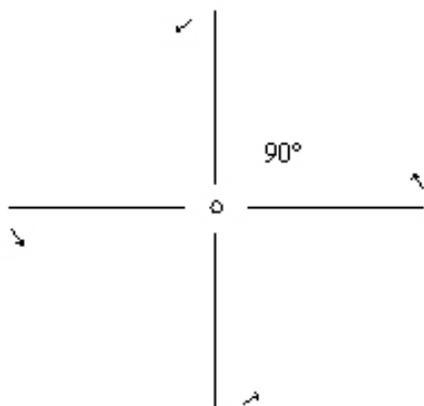
### Mulini a tre pale

Questa è una ruota nella quale le tre pale e braccia sono in rotazione rispetto all'asse comune. E' più difficile pattinare in quanto le pale non hanno una linea opposta ad esse ed è più difficile mantenere le distanze.



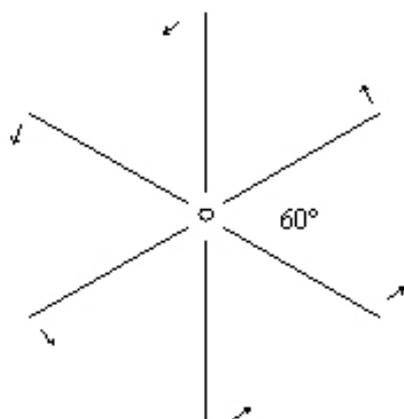
### Mulini a quattro pale

È una formazione a croce. Due linee diritte si intersecano con i rispettivi assi ad angolo retto. Le linee devono essere diritte ed avere un'altra linea opposta ad esse.



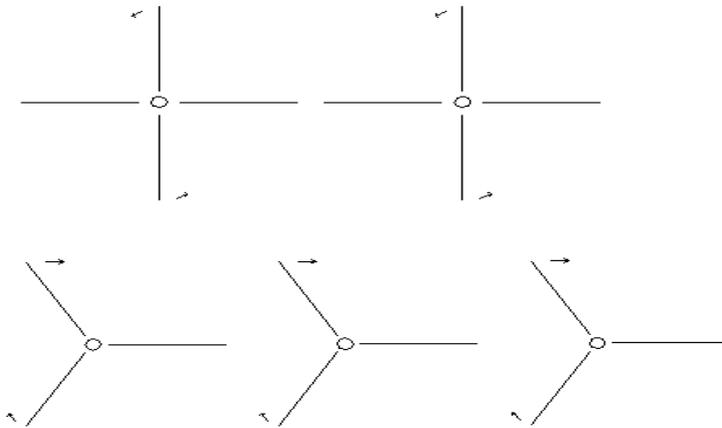
### Molino a sei pale

È una ruota a sei pale. Tre linee diritte si intersecano sui loro assi formando angoli di 60° gradi.



## Mulini o Ruote multiple

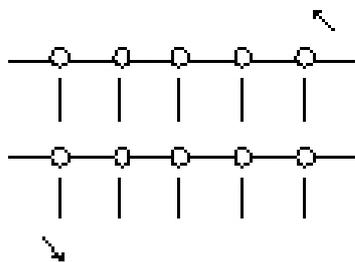
Diverse ruote eseguite contemporaneamente in senso orario e antiorario.



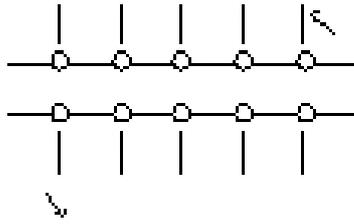
## Ruote parallele o Mulino doppio

Una ruota parallela è una ruota con due linee equidistanti l'una dall'altra in rotazione rispetto allo stesso asse. Le due linee sono a distanza di un braccio e non devono mai entrare in contatto. La difficoltà consiste nel mantenere le ruote in rotazione rispetto all'asse mentre i pattinatori si trovano opposti ai rispettivi partners dell'altra linea. La ruota parallela si può eseguire in due modi:

a) Le due linee guardano nella stessa direzione

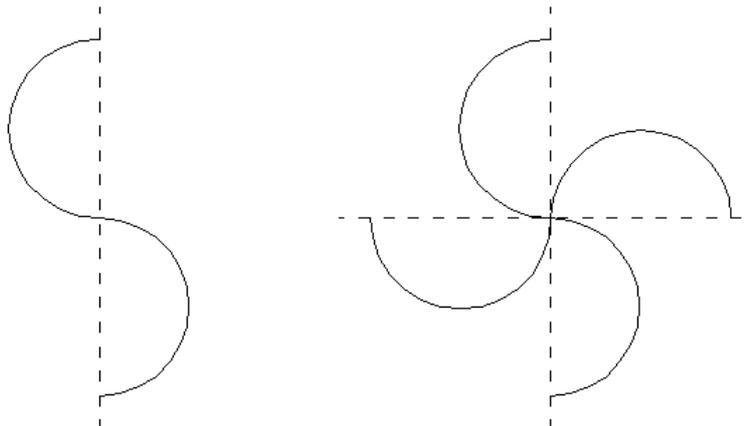


b) Le due linee guardano entrambe all'esterno. Questa ruota è molto più difficile da eseguire in quanto le linee sono di spalle, e non possono valutare con l'occhio la distanza dall'altra linea.



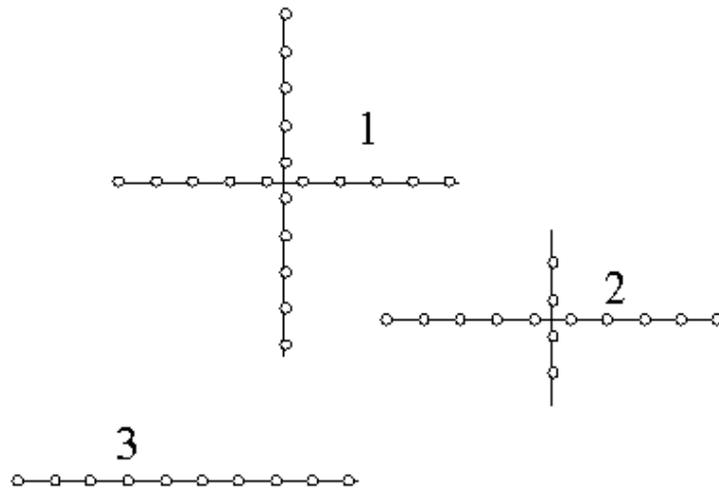
### Ruote a serpentina o ad S

In questa variazione della ruota, i raggi sono a forma di semicerchio, in rotazione rispetto ad uno stesso asse. Possono esservi 2 -4 -6 raggi a forma di "S". I pattinatori posizionati alle estremità devono trovarsi in asse con il pattinatore centrale della ruota e questo allineamento va mantenuto per tutto il corso del movimento che può essere avanti o indietro.



### Ruota con inserimento

Questo è in realtà un passaggio da una ruota a quattro raggi ad una a due raggi. Al muoversi della ruota a quattro raggi, i due raggi estremi raggiungono i raggi che li precedono, creando l'illusione di una linea che si accorcia mentre un'altra si allunga. Ora la ruota avrà una linea costituita da due raggi.

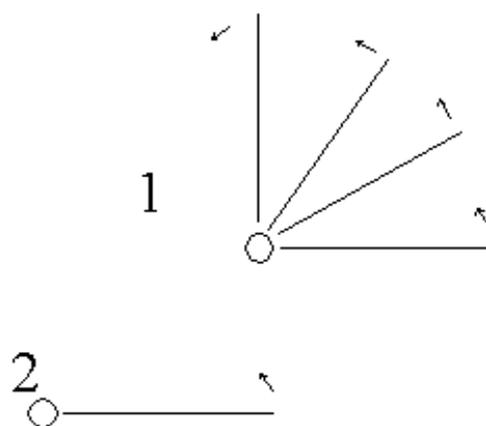


### Ruote perno

Con questo tipo di ruote il perno si trova ad una estremità della linea invece che al centro. Possono essere eseguite all'avanti o all'indietro usando diverse prese per mantenere l'allineamento. Ci sono due comuni tipi di ruote perno:

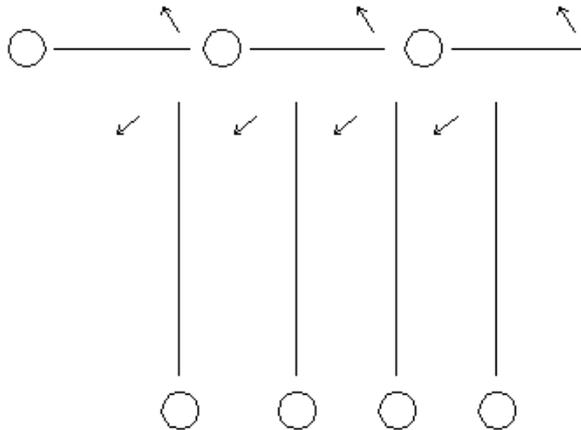
#### a) Ruota con perno su linea unica

Una ruota a quattro raggi può diventare a due raggi. Due linee vanno a congiungersi con quelle che le precedono dando l'illusione che una diminuisca mentre l'altra si accorcia. E' possibile costituire alla fine una linea unica.



## b) Ruote a più perni

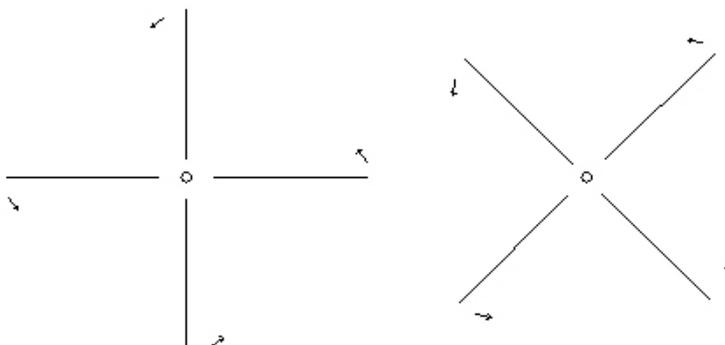
Una unica linea si divide in più ruote con perno più piccole. Tutte le ruote iniziano la propria rotazione allo stesso momento ed alla stessa velocità, sia in senso orario che antiorario. Il risultato è che le ruote non si muovono sulla pista ma rimangono ferme.



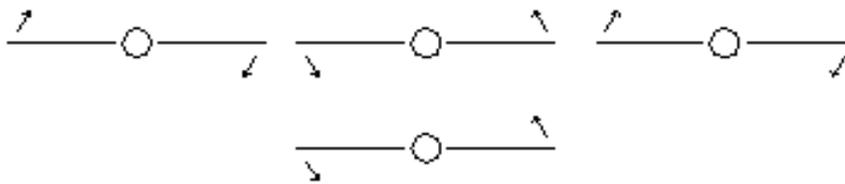
## Ruote miste o Mulini misti

Questo tipo di ruota consiste di solito in 2 o 3 ruote o mulini separati tutte con rotazione al centro delle linee. Le ruote interagiscono reciprocamente in una varietà di modi.

a) L'Egg Beater si crea di solito da 3 o 4 ruote o mulini a più pale molto vicine. Ogni pala o linea si inserisce tra due linee dell'altra ruota, mentre entrambe sono in rotazione. Le ruote possono ruotare sia nello stesso senso che in quello opposto, in avanti o indietro. Presentato con buona precisione e velocità, questo è un movimento di grande difficoltà. Più vicine sono le ruote, maggiore sarà la difficoltà nell'esecuzione.

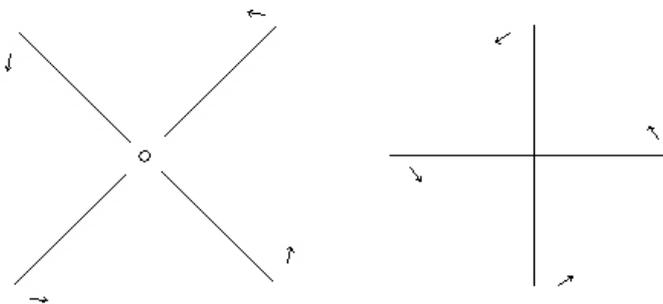


b) Ruote di fusione. Sebbene questo esercizio potrebbe essere elencato tra i mulini o le ruote multiple, è meglio individuato qui grazie all'elemento aggiunto dei pattinatori che vanno a lasciare due ruote più piccole per creare una ruota più grande a due pale. Le due ruote ampie ruotano in direzione opposta (venendosi incontro) ed ogni mezzo giro di tutte le ruote un pattinatore dalle ruote più piccole si unisce al raggio della ruota centrale (più grande). Il ritmo ed il sincronismo è molto importante per l'esecuzione di questo movimento.

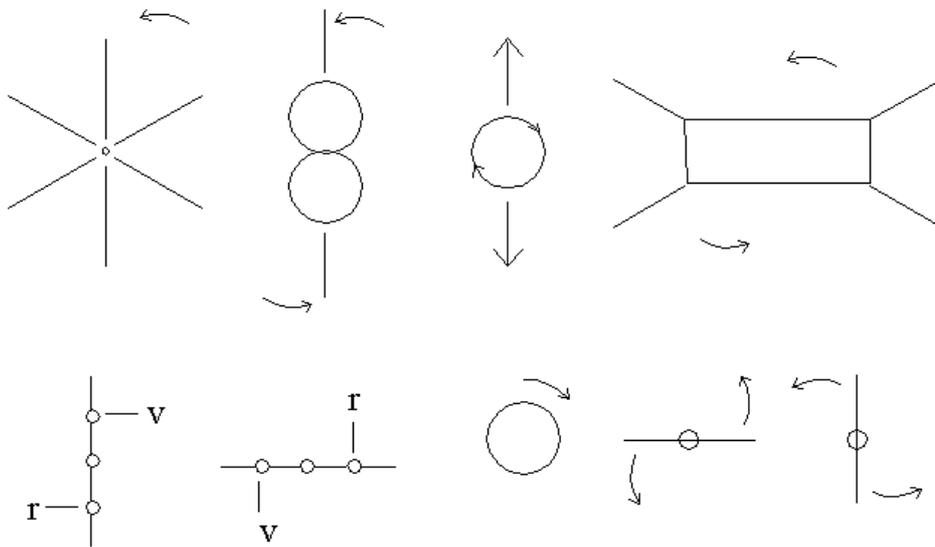


### **Ruota in movimento (Gilbert)**

Questo si realizza con qualsiasi tipo di ruota o mulino. La ruota si muove in linea retta sulla pista, mentre esegue la rotazione. La disposizione a ruota deve essere mantenuta durante lo spostamento.

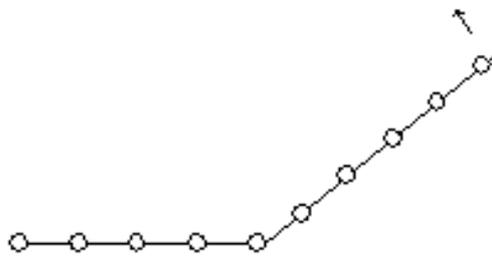


## Ulteriori varianti dei mulini

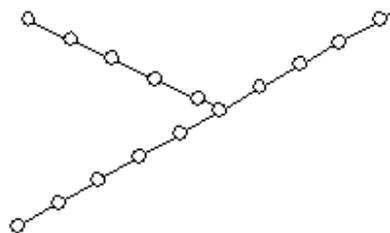


## Errori nei mulini o nelle ruote

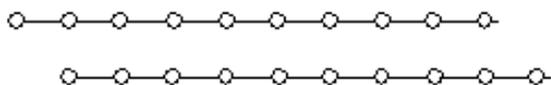
1. Le pale non sono perfettamente distese.



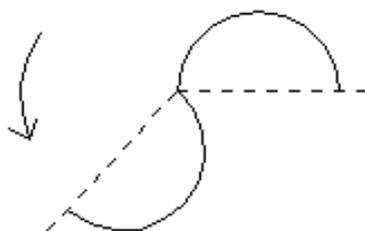
2. Le pale sono di diversa lunghezza.



3. Le pale in movimento parallelo non sono perfettamente allineate.

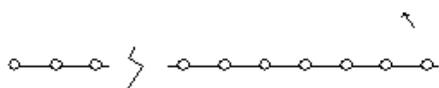


4. Estremità delle ali nel mulino a "S" non allineate rispetto al punto centrale di riferimento.

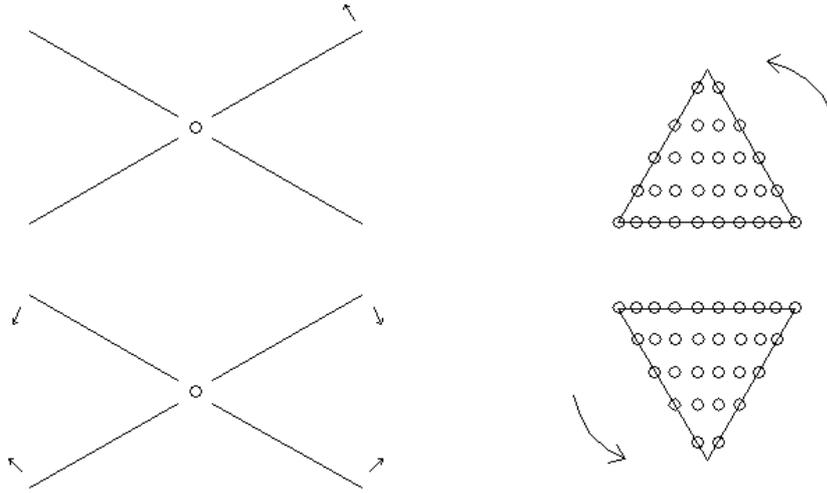


5. Errori nei passi del mulino o della ruota sono possibili ed hanno scarso rilievo nella valutazione. In tutti i mulini dovrebbe esservi un allineamento delle teste e dei piedi. Le braccia devono essere tutte chiuse o tutte aperte. Il contatto di mano deve essere uniforme.

6. Un mulino o una ruota non devono interrompersi.



Ogni variazione per mulini, ruote o linee nei blocchi sarà ammessa. Gli elementi singoli possono presentare maggiore difficoltà attraverso l'inserimento di passi.

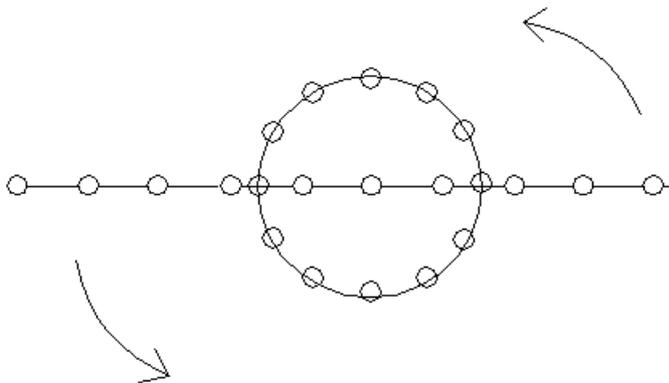


## ELEMENTI MISTI

### Combinazioni

Le combinazioni sono illimitate. Un esempio è la combinazione cerchio e ruota.

Questa è una combinazione di due movimenti in cui un cerchio ed una ruota a due raggi ruotano intorno ad un asse comune.



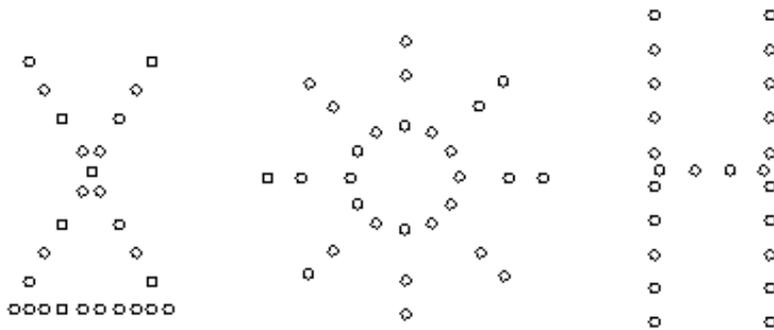
### Transizioni

Una transizione ha luogo quando i pattinatori passano da un movimento ad un altro; le linee possono divenire cerchi ed i cerchi possono trasformarsi in linee, ecc. Questo deve avvenire in modo scorrevole.

Le transizioni si eseguono in avanti/indietro oppure indietro/avanti. I pattinatori cambiano in linee o gruppi da una direzione ad un'altra con scioltezza, dolcemente ed all'unisono, usando tre, cotrotte, twizzles, mohawks. E' di facile esecuzione con due, tre pattinatori, ma ben più difficile con una intera linea di 12, 16 o più pattinatori. Sono considerate anche transizioni la ricostruzione di linee dopo la formazione di un gruppo. Le transizioni devono avvenire in modo scorrevole, senza perdere il ritmo e con precisione.

### Formazioni (Blocchi)

Anche queste formazioni già viste nella sezione blocchi rappresentano degli elementi misti, infatti sono composizioni o forme che i pattinatori realizzano sulla pista. Possono essere a forma di lettere come "T", "H", "W", "V" o forme geometriche, come triangoli, rettangoli o comunque forme semplici.



### **Movimento unico**

Un movimento molto inconsueto, insolito o originale. Può anche essere una variazione più difficile di un movimento conosciuto. Viene valorizzata l'originalità del movimento.

### **Sincronizzazione del corpo, teste, braccia, gambe**

E' un movimento preciso all'unisono di teste, braccia, gambe e corpi dei pattinatori mentre stanno realizzando una figura comune. Ogni movimento deve essere eseguito in sincronia ed in perfetta armonia con la musica. Uno dei fattori più importanti nel pattinaggio di precisione è l'unisono che si viene a creare attraverso il sincronismo delle teste, braccia, gambe e corpi.

## PRESE DI MANO

Esistono diverse varianti per i contatti di mano

- a) Contatto mano nella mano / la formazione non può presentare accostamenti o affiancamenti.
- b) Contatto sotto braccio / la formazione non può presentare accostamenti o sovrapposizioni.
- c) Contatto a coppie / la formazione si muove affiancata.
- d) Contatto mano nella mano con braccia distese sopra la testa / la formazione non può presentare accostamenti o affiancamenti.
- e) Contatto mano nella mano e gomito a gomito / la formazione si trova in allineamento frontale.
- f) Contatto mano nella mano dietro la schiena / la formazione è in posizione accostata.
- g) Contatto mano nella mano di fronte, allineamento verticale.
- h) Contatto di mano Choo-Choo / Mani sui fianchi del pattinatore posizionato di fronte nella fila, allineamento a trenino.
- i) Contatto di mano Choo-Choo / Mani sulle spalle del pattinatore posizionato di fronte nella fila, allineamento a trenino.
- j) Contatto di mano Choo-Choo / Combinazione dei due contatti precedenti, una mano va sulla spalla ed una sul fianco del pattinatore posizionato di fronte nella fila, allineamento a trenino.
- k) Contatto fianco a fianco / Movimento possibile in avanti o indietro formazione affiancata.
- l) Contatto spalla a spalla, formazione affiancata.
- m) Contatto gomito a gomito / formazione in fila.
- n) Contatto gomito a gomito / movimento oscillante

Anche qui è possibile intervenire con variazioni nelle prese di contatto.